



インフルエンザを 予防しよう

～予防接種費用を助成します～

10月からインフルエンザ予防接種が開始されます。
日高町では、住民登録をされている65歳以上の方および1歳～18歳(子ども医療費受給資格を有する方)を対象に予防接種費用の一部を助成します。



【助成期間】平成30年10月1日～平成31年1月31日
(ただし、休診日を除く)

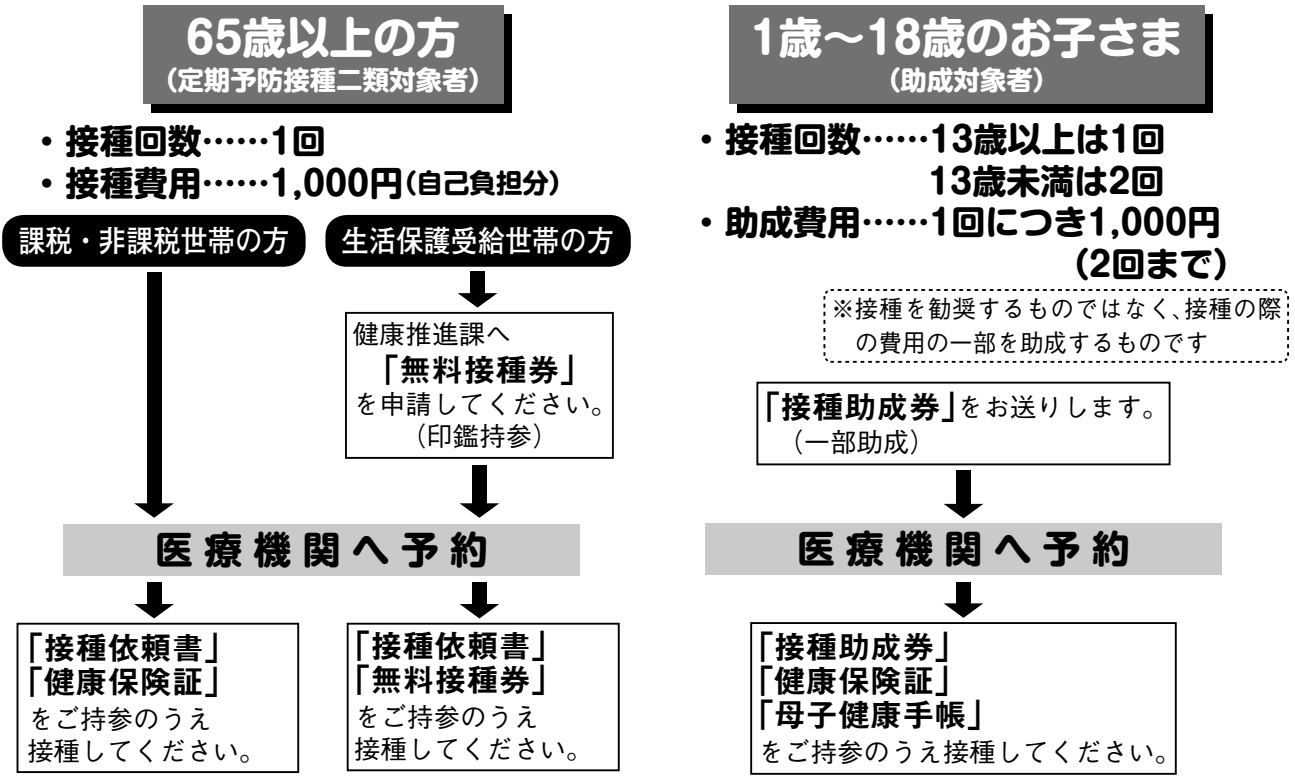
【対象となる方】

■65歳以上の方

- ・65歳以上の方
(10月1日現在65歳以上の方には個別通知しております。10月1日以降に65歳以上になれる方で、接種を希望される方はご連絡ください。)
- ・60歳以上65歳未満で、下記の障がいを有し、身体障害者手帳1級または同等と判断された方
(①心臓機能、②腎臓機能、③呼吸機能、④HIVによる免疫機能)

■1歳～18歳のお子さま(子ども医療受給資格を有する方)

- ・1歳以上18歳以下のお子さま(平成12年4月2日～平成29年10月1日以前に生まれた方)
- ※1歳未満(平成29年10月2日以降に生まれた方)で接種を希望される場合は、主治医と相談のうえ、健康推進課(☎63・3801)までご連絡ください



※接種できる医療機関は、封書に同封している医療機関一覧をご覧ください。
必ず電話で予約してから、接種してください。

毎年、秋から冬にかけては、インフルエンザの流行シーズンです。高熱や関節の痛みなどを伴い、人によっては重症化するおそれもあります。流行を防ぐためには、原因となるウイルスを体内に侵入させないことや、周囲にうつさないようにすることが重要です。

一人ひとりが「かからない」「うつさない」対策を実践しましょう。



かぜとインフルエンザの違い

	インフルエンザ	かぜ
流行	12月～3月 (1月～2月がピーク)	冬に多いが、年間を通じてかかることがある
症状	38℃以上の発熱 全身症状(頭痛、関節痛、筋肉痛、全身倦怠感など)	微熱(37～38℃) 局所症状(のどの痛み、鼻水、くしゃみ、咳など)
経過	急激に進む 重症化することもある	ゆるやかに進む

感染ルート

飛沫感染・・・インフルエンザに感染した人がせきやくしゃみをする時、口から出る飛沫(小さな水滴)に乗ってウイルスが放出されます。それが周囲の人の口や鼻から吸収されて感染します。飛沫はせきをしたひとから2mくらいまで届きます。

接触感染・・・感染した人の手にウイルスがつき、その手が触れたドアノブやスイッチなどに他の人が触れ、その手で口や鼻に触れることで粘膜から侵入して感染します。



かからないようにするために

普段の健康管理

インフルエンザは免疫力が弱っていると感染しやすくなり、感染したときに症状が重くなってしまうおそれがあります。普段から十分な睡眠とバランスの良い食事を心がけ、免疫力を高めておきましょう。

予防接種を受ける

インフルエンザを発症すると、なかには肺炎や脳症等の重い合併症が現れ、重症化してしまう方もいます。ワクチンを接種することで、重症化を予防することが期待できます。

適切な湿度を保つ

空気が乾燥すると、のどの粘膜の防御機能が低下します。乾燥しやすい室内では加湿器などを使って適切な湿度(50～60%)を保ちましょう。